

きょうしょくだより 1月

令和7年12月25日
墨田区立二葉小学校
校長 由良 隆



あたら 新しい1年が始まります。2026年はどんな1年にしたいですか？1年の目標を考えてみましょう。



全国学校給食週間は、学校給食の大切さや役割などについて知つてもらひ、充実と発展を図ることを目的として定められました。学校給食は教育の一環として行われています。この機会にご家庭でも給食の思い出などをお話ししてみてください。

明治

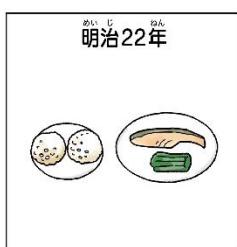
大正

～学校給食の歴史～

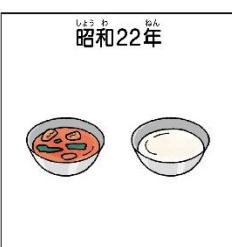
昭和

平成

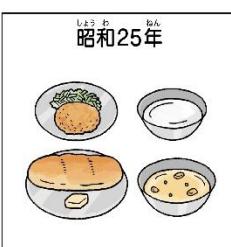
令和



おにぎり・塩さけ・
葉の漬物



ミルク(脱脂粉乳)・
トマトシチュー



コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・
ポタージュスープ・コロッケ・
せんキャベツ・マーガリン



ソフトめんのカレー・あん
かけ・牛乳・甘酢あえ・
果物(黄桃)・チーズ



カレーライス・牛乳・塩もみ・
果物(バナナ)・スープ

学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の小学校で始まったとされています。貧しくて生活に困っている子供たちを対象におにぎりと焼き鮭、漬物など簡単な昼食が無料で出されていました。



がつ きゅうしょくもくひょう
1月の給食目標『バランス良く食べ、健康な体を作ろう』



けんこうからだ
健康な体づくりのために
えいようた
栄養バランスよく食べよう

わたしたちは食べ物からエネルギーや栄養素を得ています。栄養素にはそれぞれおもな働きがあります。健康にすごすには、いろいろな食品から栄養バランスよくとることが大切です。



いそがしい冬休み、少しの工夫を加えて不足しがちな野菜をとりましょう。また、牛乳などを飲んで、意識してカルシウムをとりましょう。

ちょい足して やさい
野菜をとろう

ふゆやす
冬休みは
家の仕事を
積極的に！

かてい
家庭の仕事は例えれば
はい
配ぜんや食器の片づけ、
ごみ出しなどがあります。
自分にできること
を考え、自分の仕事と
してやってみましょう。



カップめん+野菜



ゆでたり、レンジで
かほり
加熱したりした野菜を
カップめんの中に加え
ましょ。食べごたえ
がアップします。

さばのみぞ煮の缶詰+野菜



缶詰をそのまま食べ
るのではなく、根菜類
などの野菜と水を加え
て煮込むと、立派なお
かずになります。

ちいきかてい
地域や家庭によってかわる
しょうがつりょうり
正月料理

りょうりぞうに
おせち料理や雑煮などの正月料理は、地域や家庭によって、味つけや使われている材料などが違うことがあります。自分たちがする地域の正月料理が、どんなものかを調べてみましょう。

また、ほかの地域にはどんな正月料理があり、どのような違いがあるのか見てみましょう。



〈お知らせ〉

*今年は冬休みも白衣クリーニングを行うことになりました。

ご家庭への持ち帰りはなくなります。よろしくお願ひいたします。